

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga saat ini mengalami kemajuan yang begitu pesat. Saat ini hampir semua orang senang berolahraga. Olahraga telah menjadi salah satu gaya hidup yang tidak dapat dipisahkan dari masyarakat dunia saat ini. Tujuan seseorang dalam berolahraga bermacam-macam, ada yang bertujuan untuk sekedar mengisi waktu luang, rekreasi, kesehatan, kebugaran, gengsi, ataupun untuk pencapaian prestasi dan mengharumkan nama bangsa. Salah satu tujuan orang berolahraga adalah untuk mencapai prestasi dan mengharumkan nama bangsa. Untuk mencapai prestasi puncak pada usia emas dan mengharumkan nama bangsa memerlukan proses latihan yang cukup lama dan dilakukan sejak usia dini baik secara teknik, taktik, mental maupun fisik.

Sepakbola adalah salah satu cabang yang digemari oleh masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah memasyarakat di kalangan bawah hingga kalangan atas. Di Indonesia olahraga sepakbola sudah dikenal berpuluh-puluh tahun, tetapi belum mampu bersaing di tingkat dunia. Menurut Luxbacher (2004: v), lebih dari 200 juta orang di seluruh kawasan dunia memainkan permainan sepakbola.

Populasi sepakbola di Indonesia cukup tinggi, karena hampir semua elemen masyarakat menggemari dan bisa memainkannya. Permainan sepakbola merupakan olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat. Saat ini

di Indonesia, sepakbola mengalami perkembangan yang sangat pesat. Hal ini dibuktikan dengan adanya turnamen, kompetisi, dan pertandingan sepakbola pada jenjang umur, baik itu jenjang anak-anak dan dewasa. Di Indonesia sendiri pembinaan sepakbola usia dini saat ini sebenarnya telah banyak dilakukan. Salah satunya mulai diadadakannya kelas khusus olahraga di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta ini menjadi bukti nyata bahwa pembinaan pemain usia dini telah dilakukan di Indonesia.

Di sekolah olahraga ini dibuka kelas khusus untuk olahraga cabang sepakbola dengan salah satu tujuan sebagai wadah untuk menyalurkan minat dan bakat anak-anak sekaligus untuk pembinaan anak usia dini cabang olahraga khususnya sepakbola, dan memajukan perkembangan persepakbolaan di Indonesia.

Harsono (1988: 100) mengatakan bahwa ada 4 aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama yaitu latihan fisik, teknik, taktik, dan mental. Aspek latihan fisik lebih didahulukan karena merupakan pondasi dari suatu olahraga prestasi. Kondisi fisik merupakan unsur yang sangat penting hampir diseluruh cabang olahraga. Oleh karena itu latihan fisik perlu mendapat perhatian yang serius direncanakan secara baik dan sistematis sehingga tingkat kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional alat-alat tubuh lebih baik.

Seorang pelatih juga harus paham tentang komponen-komponen kondisi fisik yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola. Menurut Treadwell (1991)

yang dikutip oleh Herwin (2006: 78), komponen fisik yang dibutuhkan sebagai unsur biomotor pemain sepakbola adalah (1) *endurance*, (2) *aerobic endurance*, (3) *muscular endurance*, (4) *anaerobic endurance*, (5) *speed*, (6) *power*, (7) *flexibility*, (8) *strength*, dan (9) *body composition*. Komponen-komponen kondisi fisik sepakbola tersebut merupakan unsur penting yang menjadi dasar atau fondasi dalam bermain sepakbola. Jika atlet memiliki kondisi fisik yang baik maka akan mendukung kemampuan lainnya seperti kemampuan teknik, taktik, dan mental. Melihat dari pendapat diatas banyak faktor yang akan mempengaruhi keberhasilan suatu kelas olahraga khusus cabang sepakbola dalam mewujudkan prestasi yang diharapkan, salah satunya melalui latihan yang terprogram dengan baik.

Latihan Kondisi fisik yang tepat memegang peranan yang penting dalam meningkatkan penampilan siswa. Peningkatan kondisi fisik siswa di kelas olahraga cabang sepakbola bertujuan agar kemampuan fisik menjadi prima. Kondisi fisik memegang peranan yang penting dalam mencapai prestasi maksimal seorang siswa atau atlet untuk mencapai prestasi maksimal, dan bahkan kemampuan yang sangat mendasar untuk meraih sebuah prestasi. Sebab seorang siswa tidak dapat melangkah sampai ke puncak prestasi bila tidak didukung oleh kondisi fisik yang baik, Harsono (1988: 153) mengatakan bahwa “sukses dalam olahraga sering menuntut keterampilan yang sempurna dalam situasi stress fisik, maka semakin jelas bahwa kondisi fisik memegang peranan sangat penting dalam meningkatkan prestasi atlet”, tetapi peran kelas khusus olahraga ini tidak berjalan dengan lancar berdasarkan hasil observasi peneliti di lapangan melihat dari belum adanya pelatih

fisik di kelas khusus olahraga tersebut dengan tidak adanya pelatih fisik di kelas khusus olahraga cabang sepakbola ini bagaimana cara pelatih dan pihak sekolah membina kualitas fisik siswanya, berdasarkan dengan tingkatan umur dan sesuai dengan prinsip-prinsip dalam latihan, dan bagaimana cara mengetahui perkembangan siswa dalam proses berlatih.

Selain dari aspek fisik, dari segi keterampilan juga perlu diperhatikan di kelas khusus olahraga sepakbola tersebut mengingat pentingnya fisik dan keterampilan untuk dapat mencapai prestasi maksimal. Dalam upaya menciptakan pemain sepakbola yang memiliki keterampilan dasar bermain sepakbola yang baik, seorang pelatih terutama pelatih yang memegang kelompok usia dini biasanya akan memberikan pengulangan latihan mengenai teknik dasar bermain sepakbola. Selain itu pelatih juga akan mengadakan evaluasi terhadap latihan, apakah berhasil atau tidak dalam upaya meningkatkan keterampilan bermain sepakbola.

Berdasarkan evaluasi peneliti di kelas khusus olahraga sepakbola tersebut saat ini, proses evaluasi yang dilakukan oleh pelatih di kelas khusus olahraga cabang sepakbola belum menggunakan proses penilaian yang baku. Penilaian hanya dilakukan dengan sebatas pengamatan para pelatih dilapangan, tentu penilaian dengan cara seperti itu bukan cara penilaian yang tepat terhadap tingkat keterampilan bermain sepakbola seorang pemain, sehingga unsur subjektifitas dalam penilaian masih sangat dominan.

Untuk itu sudah seharusnya perlu suatu alat ukur yang baku untuk mengevaluasi tingkat keterampilan bermain sepakbola bagi siswa kelas khusus

olahraga cabang sepakbola. Dengan demikian tujuan akhir dari setiap program latihan adalah siswa memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang memadai sehingga bermanfaat bagi pembinaan selanjutnya

Berkaitan dengan penjelasan diatas, perlu diadakan penelitian terhadap siswa kelas khusus olahraga sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta dari aspek fisik dengan tujuan membantu pelatih untuk mengetahui keadaan kondisi fisik siswa. Dan dari aspek keterampilan pelatih bisa mengetahui tingkat keterampilan bermain sepakbola siswanya. Maka dalam penelitian ini, peneliti melakukan penelitian tentang Status Kondisi Fisik dan Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Kelas Khusus Olahraga Sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya program latihan untuk peningkatan kondisi fisik.
2. Belum adanya pelatih fisik kelas khusus olahraga sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta.
3. Belum diketahui status kondisi fisik siswa kelas khusus olahraga sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta.
4. Belum diketahui tingkat keterampilan siswa kelas khusus olahraga sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta.

C. Pembatasan Masalah

Supaya lebih terfokus dalam penelitian ini tidak semua masalah yang disebutkan dalam identifikasi masalah akan diteliti. Penelitian ini hanya ingin mengetahui Status Kondisi Fisik dan keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Kelas Khusus Olahraga Sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta.

D. Perumusan Masalah

Rumusan masalah yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah Bagaimana Status Kondisi Fisik siswa Kelas Khusus Olahraga Sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta, dan Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Kelas Khusus Olahraga Sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Status Kondisi Fisik siswa Kelas Khusus Olahraga Sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta, dan Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa Kelas Khusus Olahraga Sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta

F. Kegunaan Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat di bidang olahraga terutama dalam cabang olahraga sepakbola. Hasil ini dapat dipergunakan untuk:

Teoritis:

- a. Dapat mengetahui kesiapan kondisi fisik dan keterampilan siswanya sebelum memasuki kompetisi.
- b. Sebagai bahan evaluasi untuk menentukan program latihan selanjutnya.

Praktis:

- a. Pelatih, khususnya pelatih sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Yogyakarta. Olahraga Sepakbola sebagai bahan untuk menambah pengetahuan dan ilmu dalam memberikan latihan fisik kepada pemain dengan baik dan benar.
- b. Peneliti, sebagai bahan referensi dan media informasi tentang manfaat serta kegunaan tes kondisi fisik dan keterampilan.